

Edypekalongan Home Publishing



**motivasi  
inspirasi**

---

Edy Pekalongan

**Anahata, *motivasi inspirasi***

Ditulis oleh: Edy Pekalongan

Copyright © 2011. Edy Pekalongan

13cmx19cm; 177 hlm

ISBN 978 – 602 – 19498 – 1-8

Hak Cipta dilindungi oleh Undang - Undang

**Penerbit:**

**Edypekalongan**  
Home Publishing

Blog : [edypekalongan.blogspot.com](http://edypekalongan.blogspot.com)

Dicetak melalui: **[www.nulisbuku.com](http://www.nulisbuku.com)**

*Noto Nuringtyas*

Karya ini saya persembahkan kepada :  
**Yang Mulia Avalokiteshvara**

## Pengantar / *Sugeng Rawuh*

Irama gamelan berbunyi, sinden wanita mengumandangkan syair Jawa dari petikan Serat Wedotomo:

sapantuk wahyuning Allah/ gya dumilah mangulah  
ngelmu bangkit/ bangkit mikat reh mangukut/ kukutaning  
jiwangga/ yen mangkono kena sinebut wong sepuh/ lire  
sepuh sepi hawa/ awas roroning atunggil

tan samar pamoring sukma/ sinuksmaya winahya ing  
ngasepi/ sinimpen telenging kalbu/ pambukaning warana/  
tarlen saking liyep layaping aluyup/ pindha pesating  
sumpena/ sumusuping rasa jati

sejatining kang mangkana/ wus kakenan nungrahing  
Hyang Widhi/ bali alaming angasuwung

Terima kasih kepada Allah Yang Maha Kuasa. Terima kasih kepada Bapak dan Ibu saya. Terima kasih kepada Lahir Batin saya. Terima kasih kepada semua makhluk yang telah membantu. Ketika nanti anda membaca karya ini, akan anda temukan ketidakteraturan susunan baris kalimat. Ejaan titik koma nya tidak ditata rapi, dan penulis membiarkan hal itu. Karena kehidupan nyata berjalan tidak rasional, tidak bisa rekayasa seperti mengedit naskah. Tsunami dan Gempa Bumi tidak bisa di edit. Orang meninggal dunia tidak bisa di edit. Kecelakaan di jalan raya tidak bisa di edit. Koruptor bebas dari jeratan hukum tidak bisa di edit. Hamil di luar nikah tidak bisa di edit.

Namun dalam keadaan nyata yang tidak bisa di edit tersebut, ada makna hidup yang bisa di ambil sebagai bahan pelajaran. Harapan saya, dalam kekacauan ejaan di dalam buku ini, ada makna hidup yang bisa anda dapatkan. Selamat membaca.

Planet Bumi, November 2011

Edy Pekalongan



Foto: *Edy Pekalongan, nomer 3 dari kanan, berfoto bersama sahabat di depan rumah kontrakan bersejarah dimana bayi Bung Karno, penyambung lidah rakyat dilahirkan.( peneleh, Surabaya. Nov-2011 )*

## *Edy Pekalongan*

Lahir 1982, di Desa Sapuro. Sebuah desa kecil yang didirikan oleh prajurit yang tidak kembali ke Keraton Mataram setelah kekalahan pasukan Sultan Agung dalam Perang di Batavia.

Tidak ada gelar akademik yang bisa di banggakan, hanya seorang pemuda biasa. Prinsip hidupnya mengikuti jalan kebaikan, keindahan dan kedamaian. Jika anda ingin berkenalan, bisa melalui:

Email : [edy\\_pekalongan@yahoo.co.uk](mailto:edy_pekalongan@yahoo.co.uk)

Nomor Handphone : 0819 1416 7901

# Daftar Isi

## *Motivasi*

- A. Memilih Jalan Hidup Sendiri - 14
- B. Memahami Roda Kehidupan - 19
- C. Saat Putus Asa - 23
- D. Memahami Jenis Doa - 27
- E. Ambisi Dalam Hidup - 30
- F. Manajemen Marah - 34
- G. Kebahagiaan itu di raih - 38
- H. Musisi Bernama Kitaro - 41
- I. Sebuah Kritik Sosial - 43
- J. Tentang Kesombongan - 49
- K. Budaya Merampok SDA - 52
- L. Merayakan Tanggal Kelahiran - 58
- M. Fenomena Malam Minggu - 62
- N. Kebutuhan di dengarkan - 65
- O. Perputaran Susah dan Senang - 67
- P. Saat Jatuh Cinta - 70
- Q. Insomnia - 72



- R. Pengalaman Spiritual - 74
- S. Hakikat Tempat Suci - 77
- T. Sensasi Pengalaman Meditasi - 79
- U. Perilaku Memperbaiki Diri - 82
- V. Kalimat yang menyenangkan hati - 84
- W. Evaluasi perjalanan spiritual - 87
- X. Ambisi Berpetualangan - 91
- Y. Menyegarkan Pikiran dan Raga - 93
- Z. Tentang Istirahat Pikiran - 97

## ***Inspirasi***

- Yoga - 101
- Ha Terapi Meditasi untuk yang berduka - 114
- Na Anak Muda , apa bisa ?? - 117
- Ca Mengolah Musik untuk Terapi - 119
- Ra Rela Melepaskan - 122
- Ka Relaksasi untuk Pelajar - 126
- Da Menjadi Biasa Saja - 129
- Ta Penyakit dan Kebijakan - 131
- Sa Bumi sebagai Rumah Manusia - 136
- Wa Musik : Hiburan dan Pelajaran - 139

La	Menelusuri Kamadhatu - 144
Pa	Bahasa Cinta - 148
Dha	Meditasi itu seperti .. - 155
Ja	Makna Sahabat - 157
Ya	Semangat Hanoman - 159
Nya	Proses memperoleh ilmu - 161
Ma	Pohon Mangga - 162
Ga	Sakit, Doa & Kesadaran Pola Hidup Sehat - 164
Ba	Anggota Pejuang Revolusi - 166
Tha	Belajar dari Pendapat Orang Lain - 171
Nga	Menghibur Alam - 174
	Penutup - 176